

Góc Bếp dành cho Quý Ông:

Về gia chánh, bếp núc thì các nữ sinh Gia Long có thừa khả năng để cung ứng những món độc đáo hấp dẫn cho bữa ăn gia đình cũng như tiệc tùng đặc biệt. Vì vậy Ban Biên Tập chỉ muốn gửi đến quý Thầy, quý anh rể Gia Long 2 món rất dễ thực hiện để quý vị có thể giúp một bàn tay với quý Phu Nhân. Quý Ông có thể thực hiện Gỏi Tây để góp thêm một món khai vị hấp dẫn cho một buổi tiệc đặc biệt. Món Gỏi Ta có thể dùng trong những parties gia đình hay BBQ ngoài trời rất thích hợp. Xin mời quý Ông chuẩn bị.



Đào Thanh Bình, Gia Long 73, xin giới thiệu một món ăn khai vị (entrée) của Úc, đơn giản không cần nấu nướng, đẹp mắt và ngon.

Gỏi Tây...



PRAWN COCKTAIL

Vật liệu: (Một phần ăn)

- Một cái ly uống rượu vang có chân.
- 8 con tôm tiger loại trung bình đã luộc sẵn mua ở tiệm cá.
- Một ít rau salad đã thái sợi.
- Một nhánh ngon có lá non của rau húng lủi để trang trí.
- Một trái chanh, một đĩa nhỏ đựng one thousand island dressing.
-



Cách làm:

- Tôm luộc cắt đầu, lột vỏ (để lại phần vỏ gần đuôi cho đẹp), lấy ngón tay trở và ngón tay cái kéo phần ruột đen trên lưng tôm một cách khéo léo (rửa tôm lại, để ráo).
- Chanh cắt làm 4, sau đó cắt khoảng 1/3 giữa vỏ chanh và phần trắng rồi gắn trên ly.

Trang trí (xem hình)

- Cho rau sà lách thái sợi vào 2/3 ly, gắn nhánh ngon của rau húng lủi lên trên rau sà lách cho đẹp.
- Gắn 8 con tôm trên ly, bên cạnh ly để một đĩa nhỏ đựng one thousand Island dressing.





GỎI ĐU ĐỦ BẰNG SU HÀO

Hình 1 - Vật liệu gồm có:

- 1 củ su hào
- Rau húng quế
- Khô bò (của Costco cũng được)
- Nước dấm chua ngọt, cách pha : 100g dấm (5% acid) +200g nước lọc hay nước suối +200g đường +20g muối hoà chung vào với nhau, đập 2 nhánh tỏi và vắt 1/2 quả chanh vào vào nước dấm đã hoà tan để cho thơm .



Hình 1

Hình 2 - Su hào gọt vỏ rồi bào thành những sợi nhỏ.

Hình 3 - Cho nước lạnh vào chậu su hào vừa ngập nước , bỏ vào đó 1 thìa cafe muối khuấy đều, rồi đổ su hào ra rổ, để cho thật ráo nước.

Hình 4 - Hoặc cho vào rổ xoay salad để xoay su hào cho thật khô.

Hình 5 - Bày gỏi ra đĩa, cắt rau quế và khô bò thành từng sợi nhỏ trộn đều, rưới nước dấm lên, cho tí tương ớt và rắc chút rắc xì dầu .



Hình 2

Trộn đều lên là ta có thể ăn được, giòn và ngon không thua gì gỏi đu đủ (nhớ là khi nào ăn mới trộn nước dấm vào gỏi nha).

Chúc các bạn làm thành công và ăn ngon .

Thùy Uyên-GL 79



Hình 5



Hình 4



Hình 3

Bác Sĩ **Trần Thị Xuyên**
Đại Học Y Khoa Saigon
Đại Học Sydney
Bác sĩ toàn khoa

102/54 Park Road
Cabramatta
NSW 2166
029724 5580



CHÚC MỪNG



Cách đây hai năm, trong buổi lễ mừng sinh nhật lần thứ 10 của Hội Ái Hữu Trường Nữ Trung Học Gia Long NSW, Úc Châu, chúng tôi vui mừng khi được thông báo rằng Hội nhà đã giành được quyền tổ chức Đại Hội Gia Long Thế Giới kỳ VI, kỷ niệm Trăm Năm Áo Tím - Gia Long.

Là một cựu nữ sinh Gia Long, tôi nghĩ rằng Đại Hội "Trăm Năm Áo Tím - Gia Long" là của tất cả Gia Long chúng ta nên chúng tôi rất hân hạnh được hỗ trợ việc tổ chức Đại Hội để chúng ta có được những giây phút sống lại bên Thầy, Cô, bên Bạn bè và cùng nhớ về ngôi trường Gia Long thân yêu. Và tôi cũng tin chắc rằng Đại Hội "Trăm Năm Áo Tím - Gia Long" được tổ chức vào các ngày 20, 21 và 22 tháng 9 năm 2013 sẽ thành công rực rỡ.

*Thân chúc Ban Tổ Chức Đại Hội Trăm Năm Áo Tím - Gia Long và Hội Trưởng **Lê Kim Yến** nhiều sức khỏe và nhiều niềm vui trong việc tổ chức. Chúc tất cả các chị em hội viên Hội Ái Hữu Trường Nữ Trung Học Gia Long NSW Úc Châu luôn thắt chặt tình thân và chúc Hội của chúng ta luôn vững mạnh.*

Hẹn gặp lại Thầy Cô và các bạn đồng song vào những ngày huy hoàng của Đại Hội.

*Kính mến,
Trần Thị Xuyên GL 1972*